

**„MINDENKI A MAGA  
SZERENCSÉJÉNEK KOVÁCSA?”  
A PROAKTÍV ATTITŰD ÉS A KONTROLL  
MEGJELENÉSE NARRATÍVUMOKBAN**

A *proaktív attitűd* egy olyan személyiségvonás, mely kihat az emberek mindennapjaira, életük alakítására. Fogalmát Schmitz és Schwarzer (1999) alkotta meg. A proaktív szó jelentése kezdeményező, kezdeményezést magához ragadó, szántszándékos, gyorsan cselekvő, tevékeny (Bakos 2007). Olyan kontextusban szokás használni, amikor az egyén olyan tettet hajt végre, amelyben előrelátóan cselekszik és felelősségteljes. Schwarzer (1999) szerint a proaktív attitűd egy olyan személyiségvonás, amelynek hatása van az egyén motivációjára és tetteire. Egyfajta hitet jelent abban, hogy az egyén gazdag potenciálokkal rendelkezik arra, hogy megváltoztasson dolgokat és ezáltal tökéletesíteni tudja saját magát és környezetét. Ezzel a jellemvonással rendelkező egyénekre többek között jellemző a találékonyság, a felelősség, az értékek megjelenése és az, hogy van jövőképük.

Schmitz és Schwarzer (1999) szerint a proaktív személy *hisz az elegendő erőforrás meglétében*. Ezek az erőforrások külső vagy belső eredetűek lehetnek. Külső tényezőként a jólét, a szolgáltatások és az emberek támogathatják az egyént a célok elérésében. Belső tényezőként az intelligencia, a bátorság, az erő, a kitartás lehetővé teszik a célok kitűzését és a kitartást azok végrehajtására.

A proaktív személyek *felelősséget vállalnak saját fejlődésükért*. Ők sem a jó sem a rossz eseményt nem tulajdonítják teljes mértékben külső okoknak. Inkább szembenéznek saját valóságukkal és elfogadják azt az egyensúlyi nézetet, amely szerint a negatív eseményekben is mind a személy, mind a környezet szerepet játszhat. A szerzők a felelősségvállalás két fajtáját különítik el: felelősségvállalás a múltban történetek miatt, és felelősségvállalás azokért a dolgokért, amik most történnek. A proaktív attitűdnek ez utóbbi esetben lehet nagy szerepe, mert a proaktív személy a problémák megoldására koncentrálna, nem számít, hogy azt saját maga vagy pedig más okozta (Schmitz – Schwarzer 1999).

A proaktív személyt *értékek vezéreltik*. Az emberek viselkedését általában a szociális környezetük határozza meg, ezzel szemben a proaktív személyek tisztában vannak értékeikkel és ennek megfelelően választják meg cselekvéseik módját. Bár a szocializációs folyamatok befolyásolják az emberek értékeit, de ők különböznek

abban, hogy milyen mértékben függ az életük ezektől az értékektől. A társadalmilag közvetített értékek belsővé válása után, azok vezető erőkké válnak és irányítják a proaktív személy törekvéseit még akkor is, ha ezek társadalmilag nem elfogadottak. Így pl. a bűnözőknek is vannak értékeik, a terroristák is lehetnek proaktív személyek. Itt kell rámutatni arra, hogy a proaktív attitűd nem csak a jó, a helyes dolgok előmozdítására van hatással, hanem magukra a cselekedetekre is. A proaktív attitűd segít a célok tudatos megvalósításában, legyenek azok bármilyen kitűzött célok. Ebből következik, hogy a proaktív személyeknek van jövőképük. Értelmet adnak életüknek azzal, hogy ambíciózus célok megvalósítására törekednek. Itt is hangsúlyozni kell, hogy nem szükséges ezeknek a céloknak társadalmilag elfogadottnak lenni (Schmitz–Schwarzer 1999)

A proaktív személyek *mozgásba hozzák a dolgokat*, felvállalják személyes felelősségüket és fejlesztik kezdeményezőképességüket. A proaktivitás fogalma összefüggésben áll olyan más elméleti konstrukciókkal is, mint a kontrollhely elmélet (Rotter 1990), az optimista attribúciós stílus (optimista beállítottság) (Peterson – Seligman 1984; idézi Szondy 2006) és az én-hatékonyság (Bandura 1997). Bandura (1997) én-hatékonyság elmélete, amelyben a saját képesség-kompetenciákat hangsúlyozza, egy fontos alapeleme a proaktivitásnak. A fogalom nagy magyarázó erővel bír, nagyrészt ugyanarra a tartalomra vonatkozik, mint a proaktív attitűd fogalma. Ezt bizonyítja, hogy a proaktív attitűd viszonylag magas korrelációt mutat az én-hatékonysággal (Schmitz – Schwarzer 1999). A proaktív emberek igyekeznek minél több új feladat megoldására, innovatív ötleteik vannak. Felelősnek érzik magukat a cselekedeteik eredményes végrehajtásáért és nem hagyják, hogy az esetleges balsikerek könnyen demoralizálják őket (Schmitz – Schwarzer 2000).

Az *optimizmus* is kapcsolatban áll a proaktív attitűddel: az optimista attribúciós stíluselmélet (Peterson – Seligman 1984; idézi Szondy 2006) és Scheier – Carver (1987) által megfogalmazott diszpozicionális optimizmus. Az optimista/pesszimista attribúciós stíluselmélet az események (pozitív vagy negatív) magyarázatára vonatkozik. Az egyének az eseményeket az internalitás, globalitás és stabilitás mentén magyarázzák. A diszpozicionális optimizmus a jövőre vonatkozó pozitív elvárásokat jelenti (Norem – Chang 2002). Az emberek a diszpozicionális optimizmussal azt hiszik, hogy a jövőben több jó, mint rossz eredmény fog bekövetkezni. Az optimisták akkor is fáradoznak céljaik eléréseért, ha nehézségekbe ütköznek. Céljaik eléréséhez tényleges megküzdési stratégiákat is használnak, mint az átdolgozás és az újradefiniálás. Ezzel eléri, hogy magukat és érzelmi állapotukat is szabályozni tudják céljaik elérésének érdekében. Egy nagy veszteség után életükön legjobban az optimisták tudnak változtatni. Az optimizmus jó determinálója lehet a sikeres életnek (Carver – Scheier – Segestrom 2010). Ezek az elméletek kapcsolódnak leginkább a proaktív attitűd fogalmi alapjaihoz, de ahhoz, hogy a proaktív attitűd kialakuljon és megfelelően működjön, a fentebb említett vonásoknak meg is kell mutatkoznia az egyének személyiségében.

A proaktív attitűdre tekinthetünk úgyis, mint *erőforrásra, amely segít boldogulni* a mindennapokban (Schröder–Schwarzer 1997). A klasszikus erőforrásokba beletartoznak a személyes- és a szociális erőforrások is. Az előzőbe az egyén kompetenciái, tapasztalatai, személyiségének pozitív konstrukciói és pozitív elvárásai tartoznak. A proaktív attitűddel legerősebb kapcsolatba a pozitív elvárás hozható. A fogalom középpontjában egy optimista elvárás, várakozás van, amely az erőforrásokkal és a felelősséggel együtt azt az igényt, szükségletet ébreszti az egyénben, hogy valamit tenni kell (Schmitz–Schwarzer 2002). A szociális erőforrások magukba foglalják az ember szociális környezetének komponenseit, amelyek hozzájárulnak ahhoz, hogy az egyén igényei csökkenjenek. A proaktív attitűd szabályosan korrelál a személyes és a szociális erőforrásokkal is (Schröder – Schwarzer 1997).

A proaktív attitűd kialakulásában Garner (2003) szerint nagy szerepet játszik a családi légkör, mert ennek fejlődése a gyerekek és a szülők dinamikus interakciójában megy végbe. A gyerekek és a szülők közötti szeretet és elfogadás olyan környezetet teremt, amelyben az értékek kölcsönösen elfogadottak és előtérbe kerül a proaktív attitűd és a pozitív cselekedet. Ezért feltételezik, hogy kapcsolat van a szülői szeretet és a gyerekek proaktív vonásai között, így pl. az anyai nyíltság és az érzelmi támogatás kifejezetten segíti ennek kialakulását.

További fontos kérdés, hogy a neveltetésen kívül milyen tényezők állnak még kapcsolatban a proaktív attitűddel. Nabeel és Zafar (2012) arra jutottak, hogy a magasabb szocio-ökonómiai státusszal rendelkező egyének magasabb pontszámot mutatnak a Proaktív Attitűd Skálán (Schmitz–Schwarzer 1999). Találtak különbséget nemek és életkorok között is. A fiatalokat vizsgálva (14-19 év) azt találták, hogy ebben az életkorban a lányok szignifikánsan magasabb proaktivitást mutatnak, mint a fiúk. Ezen korcsoporton belül szignifikánsan magasabb eredményt ér el az idősebb (18-19 év), mint a fiatalabb korosztály (14-17 év), de a lányok és a fiúk közötti különbség itt is megmaradt. Ezen felül bizonyos személyiségvonások, mint pl. a kontrollhely attitűd is kapcsolatba hozhatók a proaktivitással.

## A PROAKTÍV ATTITŰD KAPCSOLATA A KONTROLLHITTEL

Rotter szerint az emberek különböznek abban a tekintetben, hogy a velük megtörtént események kimenetelét milyen mértékben tulajdonítják saját cselekedeteiknek. Aki úgy véli, hogy az esemény hátterében inkább külső körülmények állnak, amelyek nem állnak saját ellenőrzése alatt, azt külső kontrolllosnak nevezzük. Ezzel szemben az a személy, aki saját viselkedésének tulajdonítja a bekövetkezett eseményt, az belső kontrolllos. Ennek a beállítódásnak az is következménye, hogy a személy erőteljesebben hiszi, képes befolyásolni tudja az eseményeket (Rotter 1990). A belső kontrollhit következtében az emberek sikereiket, eredményeiket

vagy hibáikat saját igyekezetük következményeként látják. A külső kontrollos személyek az eseményeket általában a következő külső tényezőknek tulajdonítják: tekintélyt parancsoló másik személynek; szerencsének és a lehetőségeknek; a sorsnak, magasabb rendű hatalomnak illetve az események komplexitásából eredő véletlennek (Mark 1998).

A kontrollhelyelvárás elméleti hátterét a szociális tanuláselmélet képezi, amelynek alaptétele, hogy a személyiség feltárásának eszköze csak olyan elemzési eljárás lehet, melynek alapegysége az egyén és környezete közötti interakció (Rotter 1990). Az elmélet szerint a személyiség formálódása kondicionálás következtében megy végben. Tapasztalataink alapján egyrészt elvárásokat alakítunk ki arra vonatkozólag, hogy bizonyos viselkedés következtében mekkora eséllyel érjük el céljainkat. Ugyanakkor az emberek nem egyformán képezik le ugyanazt az eseményt, többek között különböznek abban is, hogy a viselkedésüket és a megerősítést összekapcsolják. A külső kontrollos személyek például véletlenszerűen reagálnak a megerősítésekre (Carver – Schreier 2006).

Említést kell tenni arról, hogy az eredeti általános kontrollhelyelvárás fogalmát a későbbi elméletalkotás során egyre inkább felváltotta a *területspecifikus kontrollhelyelvárás* fogalma. Legtöbbször ma már úgy vélik, hogy az emberek ebből a szempontból is leginkább kevert típusba tartoznak, és feladatonként, területenként változik, hogy az adott személy milyen kontrollhelyelvárásról tesz tanúbizonyítást (April – Dharani – Peters 2012). A kutatások általában külön-külön fókuszálnak a lehetséges területekre, mint pl.: egészség, munka vagy család (Lachman – Neupert – Peters 2010). Ennek megfelelően elképzelhető, hogy egy személy a munkahelyén megéli az irányítást annak ellenére, hogy a futószalag mellett dolgozik, ugyanakkor családi életét uralhatatlan káoszknak érzi.

Feltételezhető, hogy aki erőteljesebben hisz abban, hogy ő irányítja saját sorsát, az egyben hatékonyabbnak is érzi magát élete alakításában, azaz jobban bízik abban, hogy képes aktívan befolyásolni a jövőjét, tehát a belső kontroloosság együtt járhat a proaktív attitűddal.

## KUTATÁSUNK CÉLJA

A korábbi vizsgálatok a proaktív attitűdöt és a kontrollt leginkább kérdőíves módszerek segítségével vizsgálták. Jelen kutatásban mi egy mélyebb, kvalitatív technikára épülő elemzést végeztünk ezen a területen. A kérdőíves vizsgálatok koncepcióját követve, de az egyén szabadon kifejtett válaszaira építve arra a kérdésre kerestünk választ, hogy egy kis falu lakói milyen mértékben érzik magukat saját sorsuk alakításában aktívnak, illetve, mennyire jelenik meg az elbeszéléseikben a kiszolgáltatottság élménye. Kutatásunk célja volt, hogy félig strukturált interjúk segítségével feltárjuk a kérdezettek proaktivitás érzésének erősségét és területeit,

feltárjuk továbbá, hogy az emberek életében mekkora szerepet játszik ez a személyiségvonás. A tartalomelemzés során azt is vizsgáltuk, hogy a narratívumokban megjelenik-e a proaktív attitűd négy ismertető jele: az egyéni értékek tudatos jelenléte, az elegendő erőforrás megléte, a felelősségérzet és a tervezés. Feltételeztük, hogy a proaktivitás megélésében különbségek merülhetnek fel, ezért összehasonlítottuk a kapott tartalmakat a különböző nemi és demográfiai változók mentén. Vizsgálatunk tárgyát képezte továbbá, hogy az elbeszélésekben hogyan jelennek meg az események mögötti külső vagy belső oktulajdonítások és ezek kapcsolatba hozhatók-e a proaktív attitűddel. Megpróbáltuk feltárni, hogy milyen területeket érintenek az egyén életében ezen oktulajdonítások, és a megjelenő kontrollhelyelvárások koherensnek mutatkoznak-e az egyes területeken.

## A KUTATÁS MÓDSZERE

A vizsgálat során félig strukturált interjút alkalmaztunk. Ez azt jelenti, hogy az interjúban előre meghatározott témaköröket érintettünk, mint beszélgetési témákat. Viszont a kérdéseket csak akkor tettük fel, ha a személy az adott területet spontán nem említette. Az interjú témakörei voltak többek között az egyén életeseményei (egyéni életút, család, mentalitás) és a közösség, amelyben él (falu, falutörténet, csoportosulások).

A proaktív attitűd összetevőire és a kontrollhelyelvárás területeire irányuló konkrét kérdéseket nem tettünk fel. Egyetlen egy kivételt képezett a tervezés témaköre. A proaktív attitűd három másik összetevőjére az egyének általában saját maguk is kitérnek, amikor a saját életükről beszélnek. Az interjúfelvétel előtt a személyeket tájékoztattuk a vizsgálat kereteiről. Az interjút rögzítettük, melyhez kértük az interjúalanyok előzetes beleegyezését. A későbbiekben a hangfelvételekből szöveghű átiratot készítettünk. Az írásban jelöltük a szövegmódosítást jelentő nem verbális elemeket is. A továbbiakban a szöveges állományokkal dolgoztunk, a manuális tartalomelemzés módszerével. A kutatási kérdéseknek megfelelően egy kódrendszert állítottunk össze (a kódokat és jelentésüket lásd az 1. sz. mellékletben). Ezt követően a tartalmakat két független bíráló besorolta az adott kategóriákba. A bírálók közötti átlagos egyezés 93,5 %-os volt. Ahol a kódolók nem egyeztek meg a besorolásban, ott közös döntés született a kódolásról. Az így kapott adatokat SPSS programmal dolgoztuk fel.

## A MINTA

Az interjúalanyok önként dönthettek a vizsgálatban való részvételről, illetve meg is tagadhatták azt. Így a minta nem tükrözi Dudar lakosságának összetételét. En-

nek következtében a minta sem a nemek, sem az életkor, sem a foglalkoztatottság alapján nem tekinthető reprezentatívnak. A minta összesen 21 főből áll. Ebből nő 15 fő és férfi 6 fő. Átlagéletkoruk 55,5 év (a szórás: 15,5 év). Foglalkozás szerint nyugdíjasok (N=11), dolgozók (N=9), és egy tanuló (N=1) vett részt a vizsgálatban.

## EREDMÉNYEK

### A proaktív attitűd megjelenése az interjúkban

Elsődleges célunk az volt, hogy az interjúkban azonosítsuk a proaktív attitűd négy ismertető jelét, az interjúalanyok által említett értékeket, az elegendő erőforrás megjelenését, a felelősségérzet meglétét és a tervezés megjelenését. Az interjúalanyok általában spontán rátértek a vizsgálni kívánt témakörökre.

### Az értékek megjelenése

A résztvevők a négy témakör közül leginkább az életüket vezérlő értékekre tértek ki. A legfontosabb értékek, amelyet a legtöbben említettek az a *család*, a *családi kapcsolatok* megléte és a *szeretet* (21 főből 18 fő említette). Arról számoltak be, hogy legtöbb tetteiket a családjuk érdekei vezérli. Például:

*„És mindig azt mondtam, hogy a legfontosabb hogy itthon szeressen valaki. Azt hogy ők biztonságban vannak. Nekem is azt jelenti a család, hogy a munkahely bármilyen, ha hazamegyek, otthon biztonság van.”(2.sz. interjú – 59 éves nő)*

*„Hála a jóistennek szeretjük egymást, meg szeretjük a gyerekeinket is.”(30.sz. interjú – 44 éves nő)*

Egy másik fontos érték, amely az interjúalanyok többségénél felfedezhető, az a *hit és Isten* (21 főből 12 említette). Úgy vélik, hogy Isten és hitük tanításai szerint kell élniük. Illetve az is megjelenik, hogy a hit kapaszkodó, fogódzó lehet az emberek életében, ami segít nekik a mindennapi boldogulásban. Ez a tartalom felekezettől függetlenül megjelent az interjúkban. Példák a hit, mint érték megjelenésére:

*„...csak Isten van. És nekünk tisztelni kell.”(10. sz. interjú – 62 éves nő)*

*„Akinek nincsen valamilyen kapaszkodója, akár hitbeli, de főleg hitbeli kapaszkodója annak nagyon nehéz.”(4. sz. interjú – 65 éves férfi)*

*„Én meg azt mondom, hogy a hit távlatokat ad. Olyan fantasztikus biztonságot, hogy engem nem nagyon ijesztgetnek, hogy milyen lesz a jövő.” (2. sz. interjú – 59 éves nő)*

*„Volt szép az életemben és aztán ami meg olyan volt azt a jó isten azért adta, mert esetleg próbára tett, meg azért adta, hogy igenis figyeljünk és imádkozzunk és kérjük.” (3. sz. interjú – 73 éves nő)*

Többen kitértek arra, hogy az embereknek *segíteniük kell* társaikat, azokat akik rászorulnak. Fontos, hogy összefogjanak az esetetek megsegítése érdekében vagy az öregek, egyedül maradottak érdekében. Így a segítőkészség, mint érték szintén megjelenik az elmondásaikban (21 főből 7 említette).

*„Tehát bármire úgy az embernek szüksége van, hogy ha valakinek van valamije, nekem nincs, csak így beszélgetünk, akkor tudok én ebbe segíteni, tudok én abba segíteni neked, meg meg. Hát de ugyanúgy én is vissza.” (23. sz. interjú – 60 éves nő)*

*„Hogy egyik a másik... Tehát a segítőkészség, ez nagyon fontos És én ezt bátran elmerem akárkinek is mondani, hogy igen, egyik a másikat segítse, mert összefogás nélkül nincs semmi.” (24. sz. interjú – 55 éves nő)*

Többen megemlítették még a *közösség* kiemelkedő szerepét (21 főből 10 említette). Úgy gondolják, hogy az egyén számára sokat jelent, ha tagja valamilyen közösségnek (vallási, kulturális). A közösségbeli lét szintén támpontokat, segítséget nyújthat ahhoz, hogy az egyén életét saját maga számára megfelelően vezethesse. Példa a közösséghez tartozás, mint érték megjelenésére:

*„Aki meg tud kapaszkodni hitben, vagy akár egy valamilyen társadalmi csoportban, legyen az különböző mit tudom én népi hagyományörző egyesület vagy akár mi, amivel tud valamibe kapaszkodni, annak sokkal könnyebb.” (4. sz. interjú – 65 éves férfi)*

*„És továbbra is csak azt tudom mondani, hogy tehát normális kapcsolatok kiépítése az lenne a fontos. Lehet ez akár vallási közösségeken belül akár mondom más ilyen művelődési, kulturális akármilyen más kapcsolatokon belül, ez fontos.” (4. sz. interjú – 65 éves férfi)*

## **Az elegendő erőforrás megjelenése**

Az elegendő erőforrás egy olyan erőt jelent, melynek segítségével az egyén el tudja érni céljait, előre tud haladni az életben. Ez az erő fakadhat az egyénből, mint belső forrás vagy jöhet kívülről a környezetből, mint külső forrás. Az inter-

júalanyok között előfordult olyan, aki erőforrásként saját magát látta (21 főből 5 esetben). Úgy gondolta, hogy ha valamit el akar érni az életben, akkor csak saját magára számíthat. Példa erre:

*„Mindenkinek ezt saját magának kell megtenni. Ezt én vallom, és ezt tudom magamról. Ez, ezt így, ez, ennek, ez így van jól. Nem másra számítani.”(11. sz. interjú – 70 éves férfi)*

*„Mert, de leginkább az, hogy megdolgozzanak és tegyenek érte. Nem lehet várni, hogy a sült galamb a szánkba repüljön.”(22. sz. interjú – 48 éves nő)*

Voltak olyan interjúalanyok is, aki erőforrásként csak a külső környezetre támaszkodtak (21 főből 5 esetben). Közülük néhányan azt vallották, hogy Isten az, aki szerint a dolgai előre el vannak rendezve, ezért erőt imádság által tőle kaphatnak. Voltak olyanok is, akik a szerencsét vagy a sorsot látták úgy, mint amire támaszkodhatnak, ami irányítja életüket. Megint mások boldogulásuk forrását szintén a külső környezetben látták, de nem valami felsőbb hatalomban, hanem az emberi kapcsolatokban. Példa az interjúkból:

*„Hát általában vagy a véletlen vagy a sors, mindegy, hogy minek nevezzük, de a lényeg akkor is az.”(20. sz. interjú – 57 éves férfi)*

*„A Jóisten így akarta, akkor hiába akarok én másképp.”(14. sz. interjú – 85 éves nő)*

*“Hát hogyha sorsnak, akkor sorsnak nevezhetjük. Nem tudom. Én azt gondolom, hogy Isten irányítja az életünket.”(34. sz. interjú – 33 éves nő)*

*„Én azt gondolom, hogy a hit. Ha hitünk van, hogy Isten segítségével meg tudjuk csinálni, és ha ő is úgy akarja, végig tudjuk vinni.”(34. sz. interjú – 33 éves nő)*

Az interjúalanyok közel fele (21 főből 11) mind külső, mind belső erőforrásra támaszkodik. Például:

*„Ezt mind, mind az én kezem munkája. Igaz, hogy a Jóisten segítségével. Ez egyértelmű dolog, mert anélkül nem ment volna.”(11. sz. interjú – 70 éves férfi)*

*„Szerintem hozzájárul a sors is, hogy valami úton, de inkább ezt maguknak kell.”(13. sz. interjú – 40 éves nő)*

*„Avval én nagyon megelégedtem, amit a Jóisten a mi kezünk munkája által adott nekünk.”(14. sz. interjú – 85 éves nő)*

## A felelősség megjelenése

A felelősségérzetre direkt módon nem kérdeztünk rá a beszélgetések során. Ezért annak a megjelenése látens módon figyelhető csak meg a szövegekben. Többnyire



a munka, a foglalkoztatottság és a család területén jelenik meg. Többen elmondták, azért dolgoznak, hogy családjukat, gyerekeiket el tudják látni. Nagyon fontosnak tartják azt is, hogy a gyerekeik (már akinek van) jövőjét, boldogulását biztosítani tudják. Egy konkrét példa az egyik interjúból:

*„Igen, felelős vagyok, mert hogyha, most vegyünk egy alap dolgot, hogy nem megyek el dolgozni, akkor nincs, nincs a gyerekeimnek mit enni. Tehát a saját környezetemben biztos, hogy felelős vagyok én is, meg a többi ember is aki körülöttem van, aki a családomban van felelős azért, hogy, hogy legyen.” (30. sz. interjú- 44 éves nő)*

## A tervezés – a célok megjelenése

A proaktív attitűd megjelenésének utolsó formája a tervezés, a célok megjelenése a személy életében. Erre a témakörre konkrétan is rákérdeztünk az interjú során (pl. Lehet tervezni a mindennapokban? Ön szokott tervezni?). Az interjúalanyok ezekre a kérdésekre túlnyomórészt olyan választ adtak, hogy a tervezés fölösleges (21 főből 13 esetben). Bár ők nagyon szeretnék, de azok csak álmok maradnak. Valószínű, és erre többen is kitértek, hogy a jelenlegi gazdasági helyzet nem teszi lehetővé a hosszú távú terveket, illetve távolabbi célok megfogalmazását. Ezért többen is csak azt mondták, hogy csak rövid távú terveik, céljaik vannak, és csak azokat merik megvalósítani, mert olyan bizonytalan a jövő, hogy távolabbi célt nem mernek kitűzni (21 főből 11 esetben). Példa ezekre:

*„Régebben hosszabb távra, most általában úgy szoktunk tervezni, hogy mégis egy évre nagyjából, hogy mi történik, nem merünk hosszabb távra.” (22. sz. interjú – 48 éves nő)*

*„Nem, nem, nem lehet. Ezt nem lehet. Nem lehet, mert minden, a gazdasági helyzet, minden annyira romlik, romlott. Tehát, most már olyan szinten van ez, hogy, hogy az nagy merészség, ha valaki előre tervez.” (22. sz. interjú 48 éves nő)*

*„Azért legyen valami cél az embernek. Csak. Csak veszélyes. Szóval, lehetnek terveid, de most ebben az anyagi helyzetben, ezekkel a fizetésekkel, inkább csak álmoknak tűnik.” (13. sz. interjú – 40 éves nő)*

*„Hát úgy vannak terveink, most nem azt mondom, hogy nincsenek, de hát most egyik napról a másikra kell élni, most arra gondoltam, hogy az ember csak így tud.” (26. sz. interjú – 37 éves nő)*

Nem találtunk szignifikáns különbséget sem az értékek megjelenése, sem az eleendő erőforrás, sem a tervezés tekintetében a nemek ill. a foglalkozási státusz alapján képzett csoportok között.

## A KONTROLL MEGJELENÉSE AZ INTERJÚKBAN

A vizsgálati személyek közül 11-en mutatkoztak inkább belső kontrollos személyeknek, míg 10-en külső kontrollosnak. A besorolás az alapján történt, hogy egy adott interjúban milyen események voltak túlsúlyban: olyanok, amelyek mögött oki tényezőkén külső erő (befolyásos emberek, szerencse, sors, Isten, véletlen) áll, vagy olyanok, amelyek mögött belső tulajdonság jelenik meg.

Az elbeszélésekben megjelenő események nagy része a múltra tekintett vissza, amelyeket oktatáson kívül, leíró jelleggel adtak vissza a személyek. Például az egyik személy így beszélt fiáról: *„Ő festő, de minden. Nagyon szorgalmas. Nagyon szorgalmas ember. És, most jön meg majd a hónap végén, azt mondta. Most születtek, most született nekik a kisfia, az első”* (11. sz. interjú – 70 éves férfi). Azonban ez a személy az interjú során inkább arról tett tanúbizonyságot, hogy inkább belső kontrollos. A fia bemutatását így folytatta: *„Négy éve mentek ki, de tudnak boldogulni, mert ő nagyon szorgalmas, tehát minden, minden munkát most már, különben festő a szakmája, de mindent tud”* (11. sz. interjú – 70 éves férfi). Elmesélte, hogy a fia a saját tulajdonságainak köszönhetően tud előre jutni, amire önmagában a többszörösen összetett mondat alanya alapján nem követhetjük, a lényegi információt a mondat szerkezete hordozza: okhatározói alárendelő összetett mondat. Ugyanez a személy a későbbiekben saját sorsa kapcsán is kifejezte, hogy úgy érzi, ő irányította az eseményeket: *„Olyan, olyan hely, ahol boldogulni lehet, és, hát a, aki akar dolgozni, tehát, lehetőséget. Aki, na, aki akar dolgozni, az talál lehetőséget.”* (11. sz. interjú – 70 éves férfi). Láthatjuk, hogy a belső kontroll mellett (aki valamit meg akar tenni, talál rá módot) megjelenik ugyan a környezet, mint befolyásoló tényező, azaz szükséges hozzá a lehetőség is, de az esemény meghatározója mégsem a külső körülmény. Ez a gondolkodásmód a többi, inkább belső kontrollos személy esetén is megjelenik. Egy másik interjúban pl. így nyilvánul meg *„Kérdés: Mi szükséges a boldoguláshoz? Válasz: Az hogy el kell menni és dolgozni kell érte nagyon sokat. ... Biztos, hogy a szerencsének is van köze”* (26. sz. interjú – 37 éves nő).

A fenti példák alapján azt láthatjuk, hogy az oktatáson, mely szerint az események az egyén irányítása alatt állnak az összetett mondatokon keresztül ragadható meg. Úgy gondolhatnánk, hogy vannak bizonyos specifikus nyelvi elemek, amelyek megjelenése egyértelműen utal a kontrollhelyelvárás valamelyikére. Ilyenek lehetnek a deontikus segédigék (muszáj, kell, lehet), amelyek mindig az események kötelező jellegére utalnak. Azonban az interjúk alapján azt láthatjuk, hogy az egyes segédigék megjelenéstől függetlenül, az eseményeket tarthatjuk irányításunk alatt állónak, vagy akár külső erők is megjelenhetnek oki tényezőként. A mondat más elemei (alany, tagadás, feltételes mód) mind hatással van az értelmezésre. Például a muszáj segédige tagadása esetén: *„amit csinállok, azt nagyon szeretem, mer’ nem lenne muszáj, mer’ én virágkötő a szakmám, nem lenne muszáj*

őö közmunkaprogramban részt venni” (13. sz. interjú – 40 éves nő) arra utal, hogy a személy saját maga döntött a közmunkaprogramban való részvételről. A következő idézetben a segédige egyértelműen a külső tényező hatását jelzi: „*Muszáj volt megcsináltatnunk, nem azért mert volt pénzünk, mert nem volt, de muszáj volt*” (24. sz. interjú – 55 éves nő).

## KONTROLL AZ ÉLET EGYES TERÜLETEI FELETT

Az interjúk elemezésénél sorba vettük azon területeket is, ahol egy esemény kapcsán következtetéseket vonhatunk le a személy kontrollhelyelvárására vonatkozólag. Figyelembe véve, hogy idősebb korosztály körében készítettük az interjúkat, feltételeztük, hogy a személyek egészségi állapotukról úgy nyilatkoznak, mint ami nem áll irányításuk alatt. Azonban az elbeszélésekben ez nem jelent meg. A személyek csak elvétele hozták szóba egészségi állapotukat, és nem a befolyásolhatóság kontextusában „*Majd csinálhatja, ahogy az egészsége engedi*” (25. sz. interjú – 55 éves nő), „*ha nincs egészség, akkor dolgozni se tud*” (31.sz.interjú – 62 évesnő). Látható, hogy az egészséget külső tényezőnek tekintik a munkához képest, de a szöveggörnyezetből sem derül ki, hogy az egészség felett kontrollt gyakorolnak-e.

Az egészségen kívül még *három terület* tűnt ki, amelyeknél külön-külön is megjelennek a kontrollhelyelvárásra mutató jellegzetességek. Ez a három terület: *a gyermekvállalás, munkavállalás és az életre vonatkozó általános vélekedések*. A két utóbbi terület között összhang mutatkozott. Akik a munkavállalásnál külső tényezők nyomására választottak (legyen ez akár a szakmaválasztás, akár a munkahelyválasztás), azok az élet máseseményeinek végkimenetelét is inkább külső tényezők közrejátszásának tulajdonították. A tizenegy külső kontrollal rendelkező személy közül hét a munkavállalás területén sem irányíthatta az eseményeket. Egy személy például így nyilatkozott a munkavállalás körülményeiről: „*Csak nem olyan irányban alakult, ahogy az kellett volna. Tehát mondom egy nagy cégnél dolgoztam Volánnál. Ez a muszáj volt. A férjem Tsz-nél dolgozott, arról is azt tudjuk mondani, hogy muszáj volt.*” (2. sz. interjú – 59 éves nő). Az élet saját maguk általi irányíthatatlansága általánosságban máshol is megjelent: „*én biztos vagyok abban is, hogy nem csak úgy megy az életünk, hanem van egy nagyobb rendező akinek akinek ... akinek befolyása van*” (2. sz. interjú – 59 éves nő). Azonban azok, akik érintették a gyermekvállalás témakörét, úgy nyilatkoztak, hogy a gyereket nem tervezték: „*Jöttek a gyerekek és fogadtuk őket.*” (2. sz. interjú – 59 éves nő). Tizenegy ember elbeszéléséből derül ki, hogy a gyermekek nem a tervek szerint születtek. Ez feltehetően a vallásos hittel is összefüggő megnyilvánulás, mivel közülük kilenc személynek a vallás központi szerepet tölt be az életében. Mindegyik elbeszélésben úgy jelenik meg Isten, mint az élet rendezője, sorsunk alakítója.

## A PROAKTIVITÁS ÉS A KONTROLL KÖZÖTTI ÖSSZEFÜGGÉS

A proaktivitás értékeinek vizsgálata során két érték emelkedett ki (segítőkészség, hit), ami összefüggést mutatott a kontrollhelyelvárással. Mindkét érték esetében azt néztük: megjelenik-e a szövegben az adott érték vagy sem, ill. inkább külső vagy inkább belső kontrollos-e a személy. Az elemzés során  $\chi^2$ -próbát alkalmaztunk. A segítőkészség és kontroll esetén (lásd 1. táblázat) azt találtuk, hogy a külső kontrollosok szignifikánsan többen említették egymás segítségét, mint értéket, mint a belső kontrollosok (Pearson  $\chi^2_{(1)} = 4,677$ ;  $p < 0,05$ ). Ez az eredmény összecseng az elméleti megfontolásokkal, mely szerint a belső kontrollal rendelkező személyek inkább saját magukra hagyatkoznak.

	Segítőkészség	
	említette	nem említette
Belső kontrollos	1	10
Külső kontrollos	6	4

1. táblázat: A segítőkészség megjelenése a kontrollhelyelvárás tükrében

A hit, mint értéket képviselő tényező szintén inkább a külső kontrollal rendelkező személyek beszámolóiban szerepelt többször (Pearson  $\chi^2_{(1)} = 5,743$ ;  $p < 0,05$ ). A legtöbb személy a vallásra ill. Istenre, mint mindent meghatározó egységként tekintett (2. táblázat).

	Hit, Isten	
	említette	nem említette
Belső kontrollos	3	8
Külső kontrollos	9	1

2. táblázat: A hit és Isten értéként megjelenése a kontrollhelyelvárás tükrében

Az elegendő erőforrás megjelenése nagy átfedést mutatott a kontrollhelyelvárással. Az elegendő erőforrás változónak három értéke van: inkább maga teremti meg az erőforrásokat, inkább a környezet adja, vagy a kettő együttesen a meghatározó. A  $\chi^2$  próba eredménye szerint az erőforrás megteremtésének két kategóriája (saját maga teremti meg, ill. külső tényezők által áll rendelkezésre) teljesen lefedte a kontrollhelyelvárás két csoportját (Pearson  $\chi^2_{(1)} = 10,066$ ;  $p < 0,05$ ). Azonban, az erőforrásoknál megjelent kevert típus is azoknál a személyeknél, akiknél mindkét tényező számított (3. táblázat).

	Erőforrás		
	inkább saját maga	inkább külső tényező	kevert
Belső kontroll	5	0	6
Külső kontroll	0	5	5

3. táblázat: Az erőforrás megjelenése a kontrollhelyvárás tükrében

A tizenegy beszámolóból, melyben a kevert erőforrás jelent meg a kontrollhelyvárás szempontjából besorolhatóak voltak. Öt személy elbeszélésében több olyan helyzetet írtak le, amelyben a belső kontroll megjelent. Hatan viszont több olyan helyzetet írtak le, amelyben a külső kontroll jelent meg. Tehát a kontrollhelyvárást a szövegben összességében megjelenő egyéb, nem erőforrásra vonatkozó események alapján lehetett differenciálni. Például

*„Hát, ez nagyrészt közrejátszik az, hogy jó időben van valaki jó helyen. Vagy jó információi vannak. Vagy időben lép, és ha valamit elgondol, és vállalkozik, akkor az bejön.” (10. sz. interjú – 62 éves nő). Itt megjelent, hogy fontos mind a külső tényezők, mind a belső tettekre készség együttes fenállása, azonban a szöveg más elemei a külső kontroll jelentőségét hangsúlyozzák: „Én szerettem volna, de nem, nem sikerült... Ebbe is egy idő után bele kell törődni. Ha már nem tudom megváltoztatni, akkor bele kell törődni, nincs más választásom.” (10. sz. interjú – 62 éves nő)*

## ÖSSZEFOGLALÁS

Tanulmányunkban a proaktív attitűd (Schmitz–Schwarzer 1999) és a kontroll megjelenésével foglalkoztunk félig strukturált interjúkon keresztül. Kutatásunk feltáró jellegű volt. Célunk az volt, hogy megvizsgáljuk, hogy a proaktív attitűd négy ismertető jele (értékek jelenléte, elegendő erőforrás, felelősségérzet, tervezés) hogyan jelenik meg a narratívumokban, illetve, hogy az elbeszélésekben hogyan jelennek meg az események mögötti külső vagy belső oktatájdónítások.

A proaktivitáshoz kötődő értékeket egyértelműen tetten lehetett érni az interjúkban. A 21 személy által említett legfontosabb értékek a *család*, a *hit*, a *segítőkézség* és a *közösséghez való tartozás* voltak. Az említések azonban nem egyenletesen oszlottak el a megkérdezettek között. Ezek az eredmények összhangban vannak Schmitz és Schwarzer (1999) megállapításával, mely szerint a szociális környezet befolyásolja az értékek alakulását. A proaktivitás másik fontos eleme az erőforrásba vetett hit (Schmitz–Schwarzer 1999) ami az interjúkban szintén megjelent. A kérdezettek szerint az emberek úgy tudnak a legkönnyebben boldogulni, ha mind a külső, mind a belső szférából erőt merítenek (21 főből 11 fő). Tehát a személyek hisznek saját magukban, de ezen túl szükségük van külső támogatásra is, ami lehet Isten, a sors, illetve az emberi kapcsolatok.

A felelősségérzet és a tervezés szintén fontos eleme a proaktivitásnak (Schmitz – Schwarzer 1999). Az interjúkban általában a családi élet, a gyerekek biztonsága és a gyerekek jövője iránti felelősség jelent meg. De ebben a mintában általánosabb volt, hogy a személyek azt állították, hogy nem terveznek (21 főből 13 esetben). Ugyanakkor arra is kitértek, hogy korábban terveztek és fontosnak is tartják, hogy legyenek céljaik. Hogy mégsem mernek tervezni, annak okát valószínűleg a bizonytalan gazdasági helyzetben kereshetjük.

Korábbi kutatások alapján feltételeztük (Schröder – Schwarzer 1997; Nabeel – Zafar 2012), hogy a nemi és a demográfiai változók mentén az egyének között különbséget fedezhetünk fel a proaktív attitűd jegyeinek tekintetében. Ezt a hipotézisünket nem tudtuk igazolni, vélhetően a kis elemszám és a kiegyenlítetlen minta miatt. Kutatásunk célja volt feltárni a lehetséges kapcsolatot a proaktivitás és kontrollhely attitűd között. A szövegek elemzésekor erre a kérdésre csak a teljes szövegkörnyezet értelmezése alapján kaptunk választ. A vizsgált mintában fele-fele arányban találtunk külső és belső kontrollos személyeket. Ugyanakkor azt is láttuk, hogy ez a kontrollérzet bizonyos területeken (munkavállalás, családtervezés, életesemények) más-más mértékben jelenik meg. Ez összhangban van azokkal az eredményekkel, amelyek szerint a kontrollhelyelvárás területenként differenciálódhat (Lachman – Neupert – Peters 2010). Végül feltételeztük, hogy kapcsolat lehet a proaktív attitűd és a kontroll között. Arra jutottunk, hogy a vizsgálati csoportunkban a külső-belső kontroll megjelenése a proaktív attitűd tekintetében az elegendő erőforrás megjelenési formájával hozható kapcsolatba. Eredményeink szerint a külső kontrollos személyek a boldogulásukhoz szükséges erőt inkább a környezetükből merítik, a belső kontrollos személyek pedig önmagukból meríteni erőt. Továbbá azt is találtuk, hogy az értékek megjelenése tekintetében is van szignifikáns összefüggés azoknál az értékeknél, amelyek inkább a külső környezettel hozhatók kapcsolatba (hit, segítőkészség). Eredményeink szerint akik megemlítik a hitet és Istent mint értéket, azok inkább külső kontrollos személyek. Azok pedig, akik nem említik a segítőkészséget (mások segítése, illetve segítség várása a környezettől), azok inkább belső kontrollos megnyilvánulásokat tettek az interjú során. Mindkét eredményünk alátámasztja Schmitz és Schwarzer (1999) megállapítását, mely szerint a proaktív attitűd összefüggésbe hozható a kontrollhellyel (Rotter 1990).

Összességében elmondható, hogy manuális tartalomelemzés során sikerült a proaktív attitűdre és kontrollhelyre vonatkozó jegyeket az interjúkban azonosítani. Megállapításaink viszont a minta alacsony elemszáma miatt nem általánosíthatóak. Ezért a továbbiakban érdemes lenne a választott témakört nagyobb mintán további vizsgálni.

## 1. MELLÉKLET – KÓDRENDSZER

Kód	Kód neve	Kód leírása
É.	Értékek	Minden olyan dolog, ami számára fontos az életben (pl:becsület, pénz, Isten, család).
É.cs.	Család, mint érték	Ha mondta, vagy utalt rá, hogy fontos számára a családja.
É.h.	Hit, mint érték	Ha mondta vagy utalt rá, hogy életében szerepet játszik Isten, vagy a vallás, vagy a hit.
É.s.	Segítőkészség, mint érték	Ha mondta vagy utalt rá, hogy segít másokon, vagy segíteni kell az elesetteket vagy fontos a segítség.
É.k.	Közösség, mint érték	Ha mondta vagy utalt rá, hogy jó ha együtt van más emberekkel, fontos a másokkal való kapcsolat vagy a rendszeres találkozások.
E.E.	Elegendő erőforrás	Minden olyan dolog, ami szerinte befolyásolja az életét vagy aminek a segítségével előre tud haladni vagy boldogulni tud a mindennapokban.
E.E.s.	Saját forrás	Ha mondta vagy utalt rá, hogy a boldoguláshoz csak saját magára számíthat, saját maga csinálja.
E.E.k.	Külső forrás	Ha mondta vagy utalt rá, hogy a boldoguláshoz csak egy külső erőre számíthat (Isten, sors, szerencse, véletlen).
E.E.ke.	Kevert forrás	Ha mondta vagy utalt rá, hogy a boldoguláshoz nem csak saját magára számíthat, hanem egy külső erőre is.
T.	Tervezés	Tervezéssel kapcsolatos megállapítások.
T.n.	Nem lehet tervezni	Ha mondta vagy utalt rá, hogy nem lehet előre tervezni valamilyen okból, vagy nem tervez előre.
T.l.	Lehet tervezni	Ha mondta vagy utalt rá, hogy szokott előre tervezni.
T.r.	Rövidtávú tervezés	Ha mondta vagy utalt rá, hogy hosszú távra nem tervez, de rövid távú tervei (a következő 1-2 napra) vannak.
F.	Felelősség	Ha mondta, vagy utalt rá hogy felelősséget érez saját maga vagy a környezete iránt (család, munka, barátok).
K.	Kontroll	Minden olyan eseménynél, amely a személyt közvetlen érinti és a külső vagy a belső oktatájdónítás megjelenik.
K.b.	Belső kontroll	Ha mondta vagy utalt rá, hogy az őt érintő eseménynél okként saját maga, munkája, cselekedete vagy belső tulajdonsága jelenik meg.
K.k.	Külső kontroll	Ha mondta vagy utalt rá, hogy az őt érintő eseménynél okként más befolyásos személy, szerencse, véletlen, sors vagy Isten jelenik meg.

## FELHASZNÁLT IRODALOM

- April, K. A. – Dharani, B. – Peters, K. (2012): Impact of locus of control expectancy on level of well-being. *Review of European Studies*, 4(2): 124-137.
- Bakos F. (2007): *Idegen szavak és kifejezések szótára*. Budapest: Akadémiai Kiadó.
- Bandura, A. (1997): *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Carver, C. S. – Scheier, M. (2006): *Személyiségpszichológia*. Budapest: Osiris.
- Carver, C. S., Scheier, M. F. & Segerstrom, S. C. (2010): Optimism. *Clinical Psychology Review*, 3:879-889.
- Garner, P. W. (2003): Child and family correlates of toddlers' emotional attitudinal responses to a mishap. *Infant Mental Health Journal*, 24:580-596.
- Lachman, M. E. – Neupert, S. D. – Agrigoroaei, S. (2010): The relevance of control beliefs for health and aging. Schaie, K. W. & Willis, S. L. (Eds.), *Handbook of the Psychology of Aging* (pp. 175-190). Oxford, UK: Academic Press.
- Marks, L. I. (1998): Deconstructing locus of control: Implications for practitioners. *Journal of Counselling and Development*, 76(3): 251-259.
- Nabeel, T. – Zafar, H. (2012): Parental attachment and proactive attitude among adolescents. *JPAIR Multidisciplinary Journal*, 7: 281-301.
- Norem, J. K. – Chang, E. C. (2002): The positive psychology of negative thinking. *Journal of Clinical Psychology*, 58(9): 993-1001.
- Rotter, J. B. (1990): Internal versus external control of reinforcement: A case history of a variable. *American Psychologist*, 45(4): 489.
- Scheier, M. F. – Carver, C. S. (1987): Dispositional optimism and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies on health. *Journal of Personality*, 55(2): 169-210.
- Scmitz, G. S. – Schwarzer, R. (1999): Proaktive Einstellungen von Lehrern: Konstruktbeschreibung und psychometrische Analysen. *Empirische Pädagogik*, 13(1): 3-27.
- Scmitz, G. S. – Schwarzer, R. (2000): Selbstwirksamkeitserwartung von Lehrern: Längsschnittbefunde mit einem neuen Instrument. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 14(1): 12-25.
- Schmitz, G. S. – Schwarzer, R. (2002): Individuelle und kollektive Selbstwirksamkeitserwartung von Lehrern. *Zeitschrift für Pädagogik – Beiheft*, 44: 192-214.
- Schröder, K. E. E. – Schwarzer, R. (1997): Bewältigungsressourcen. In C. Tesch-Römer, C. Salewski – G. Schwarz (Eds.), *Psychologie der Bewältigung* (pp. 174-195). Weinheim, Beltz Psychologie Verlags Union.
- Szondy M. (2006): Optimizmus és egészség. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 61 (4): 617–636.